

Утверждаю

МБДОУ "Детский сад общеразвивающего вида №350" городского округа Самара

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

12 октября 2022 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерг е- тическ ая ценно сть, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5	6,9	20,9	166	0,5
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	38/12	4,4	7	14,6	140	0,1
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	164	4,1	4,4	14,2	113	0,7
Итого			394	13,5	18,3	49,7	419	1,3
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	92	0,5	0,1	10	43	2,02
Итого			92	0,5	0,1	10	43	2,02
Обед								
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	39	0,4	1,9	1,4	25	3,6
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	200/8	4,2	3,7	15,8	119	12,3
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	136	10	7,9	26,5	218	13,6
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,3	0,1	16,3	67	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,1	0,4	19,9	96	0
Итого			610	18	14	79,9	525	29,5
Полдник								
2008	464	СДОБНЫЙ БУБЛИК С ПОСЫПКОЙ	52	4,3	4,4	30,6	179	0
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА 2,5%)	84	2,3	2	3,4	44	0,1
Итого			136	6,6	6,4	34	223	0,1
Ужин								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	64/10	9,4	7,2	21,3	189	0,15
2008		СВЕЖИЙ ФРУКТ	64	0,3	0,3	6	29	2,6
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,8	0,2	18,2	86	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,1		8,3	34	0,13
Итого			376	12,6	7,7	53,8	338	2,88
Всего				51,2	46,5	227,4	1548	35,8

Стоимость: 179 рублей

Ответственный: *Моисеева Т.А.* Моисеева Т.А.